

**PIERWSZA WIZYTA- 190 zł**

- wywiad żywieniowo- zdrowotny (analiza dotychczasowego sposobu żywienia, interpretacja wyników badań laboratoryjnych, zapoznanie się z przyjmowanymi lekami/ suplementami diety)
- analiza masy i składu ciała z interpretacją wyników metodą BIA ( z wykorzystaniem analizatora Tanita MC-580)
- omówienie istniejących problemów żywieniowych
- ustalenie planu proponowanej dietoterapii
- czas trwania konsultacji: 60-70 min

**KONSULTACJA PSYCHODIETETYCZNA- 250 zł**

- spotkanie wspierające w procesie wypracowania i utrzymania zdrowych nawyków żywieniowych
- edukacja z zakresu zdrowego odżywiania w oparciu o dotychczasowe nawyki oraz uwarunkowania psychologiczne
- narzędzia do pracy własnej wspierające w realizacji ustalonych celów
- czas trwania konsultacji: 60-70 min

**KONSULTACJA KONTROLNA – 150 zł**

Standard	LivePremium	LiveDeluxe	LiveDietMental
<p>7 dniowy indywidualnie dopasowany jadłospis uwzględniający preferencje kulinarne, możliwości czasowe oraz sezonowość produktów</p> <p>1 spotkanie monitorujące postępy z wykonaniem analizy masy i składu ciała</p> <p>edukacja dietetyczna i praca nad trwałą zmianą nawyków żywieniowych</p> <p>indywidualne zalecenia żywieniowe</p> <p>* cena pakietu nie obejmuje wstępnej konsultacji</p> <p>CENA : 400 zł</p>	<p>14 dniowy indywidualnie dopasowany jadłospis uwzględniający preferencje kulinarne, możliwości czasowe oraz sezonowość produktów</p> <p>1 spotkanie monitorujące postępy z wykonaniem analizy masy i składu ciała</p> <p>edukacja dietetyczna i praca nad trwałą zmianą nawyków żywieniowych</p> <p>indywidualne zalecenia żywieniowe</p> <p>Livekonsultacje- wsparcie na każdym etapie osiągnięcia celu (kontakt e-mail, telefon do dietetyka)</p> <p>autorski program wymienników dietetycznych</p> <p>* cena pakietu nie obejmuje wstępnej konsultacji</p> <p>CENA: 550 zł</p>	<p>14 dniowy indywidualnie dopasowany jadłospis uwzględniający preferencje kulinarne, możliwości czasowe oraz sezonowość produktów</p> <p>2 spotkania monitorujące postępy z wykonaniem analizy masy i składu ciała</p> <p>edukacja dietetyczna i praca nad trwałą zmianą nawyków żywieniowych</p> <p>indywidualne zalecenia żywieniowe</p> <p>Livekonsultacje- wsparcie na każdym etapie osiągnięcia celu (kontakt e-mail, telefon do dietetyka)</p> <p>autorski program wymienników dietetycznych</p> <p>2 bezpłatne spotkania kontrolne po zakończeniu terapii (do wykorzystania przez 3 m-ce od zakończenia terapii)</p> <p>* cena pakietu nie obejmuje wstępnej konsultacji</p> <p>CENA: 650 zł</p>	<p>indywidualny program konsultacji wspierających w procesie wypracowania i utrzymania zdrowych nawyków żywieniowych</p> <p>edukacja z zakresu zdrowego odżywiania w oparciu o dotychczasowe nawyki oraz uwarunkowania psychologiczne</p> <p>narzędzia do pracy własnej wspierające w realizacji ustalonych celów</p> <p>forma współpracy szczególnie polecana dla osób po wielokrotnych, nieudanych próbach odchudzania</p> <p>* cena za 4 spotkania</p> <p>CENA: 900 zł</p>

